

R É A L I S E R

l'égalité

E N C A D R E R

la relève académique

G É R E R

des ressources humaines

A C Q U É R I R

des connaissances

R É U N I R

et créer des réseaux

D É V E L O P P E R

des compétences

Programme d'ateliers proposé par les Bureaux
de l'égalité des hautes écoles de Suisse romande

Workshop programme organised by the Equal
Opportunities Offices at universities in French-
speaking Switzerland

2022





Dates	Inscription dès Registration start	Ateliers Workshops	Lieu Location	Animation Trainer	Thème Topic	Public cible Target group	Page
24 th January	3 rd January	Pushing back against everyday sexism	Geneva	Siara Isaac			5
8 février	3 janvier	Gestion de conflits – coaching en groupe	Fribourg	Marie-Paule Haefliger			5
15 th February	4 th January	Pitching myself for industry (1): my strategy for success	HES-SO	Romaine Johnstone			6
24 th & 25 th February	13 th January	Project management for successful researchers	Fribourg	Carine Galli Marxer			6
8 th & 22 nd March	25 th January	Emotional intelligence: why it matters	EPFL	Silke Mischke			7
28 th & 29 th March, 6 th May	14 th February	Self-empowerment: discover how to build your power to act	EPFL	Nir Zalts			7
1 st April	18 th February	Writing and publishing in academia	Lausanne	Sarah Stauffer			8
27 th April	16 th March	Ally training for men: How to stand up against discrimination, sexism, and bias	EPFL	Bettina Palazzo			8
29 avril	18 mars	Se préparer à la leçon d'épreuve	Genève	Mallory Schaub. Prof. Sévane Garibian			9
12 th May	31 st March	Finding and applying for funding in academia	Online	Susanne Matuschek			9
17 mai & 7 juin	5 avril	Viser l'équilibre: vers une gestion consciente du temps et de l'énergie	Neuchâtel	Marie-Paule Haefliger			10
20 mai, suivi en ligne 6 septembre	8 avril	Academia, ResearchGate, Twitter... : réseaux sociaux et visibilité sur internet	Neuchâtel	Aline Bouchard			10
31 mai	19 avril	Reconnaître et affirmer ses potentiels	Genève	Moïra Salvatore			11
9 th June	28 th April	Increase your assertiveness in institutional power games	EPFL	Sibyl Schädeli			11
22 septembre	11 août	Prise de parole – boîte à outils	Neuchâtel	Eva Vokacova Cendors			12
6 octobre	25 août	Médiation et régulation de conflit	Fribourg	Marie-Paule Haefliger			12
13 & 14 octobre	1 ^{er} septembre	Vulgariser et parler aux médias	Lausanne	Virginie Pilault			13
20 th October	8 th September	Pitching myself for industry (2): Honing my application skills	HES-SO	Romaine Johnstone			13
31 octobre	19 septembre	Savoir négocier: techniques et stratégies	en ligne	Dagmar Engfer			14
8 th November	27 th September	Academic mobility – should I stay or should I go	EPFL	Sarah Blackford			14
11 novembre	30 septembre	Leadership inclusif	Fribourg	Marie-Paule Haefliger			15
17 th November	6 th October	Research budgets: understanding and constructing them	Geneva	Jennifer Mcclung			15
28 novembre	17 octobre	Comment monter une équipe de recherche ?	Lausanne	Brigitte Rémy			16
9 décembre	28 octobre	Devenir professeure, mettre toutes les chances de son côté !	Genève	Mallory Schaub			16

LE PROGRAMME REGARD






Le programme d'ateliers REGARD offre des outils concrets et pratiques pour leur carrière aux doctorantes, post-doctorantes et aux professeures. Les ateliers créent des espaces de discussion et d'échange d'expériences entre chercheuses. Leurs objectifs principaux sont le développement de compétences transversales et la mise en réseau des participantes.

La participation aux ateliers est gratuite pour les doctorantes, les post-doctorantes et les professeures des universités de Suisse romande, de la HES-SO et de l'EPFL. Les ateliers sont proposés en français ou en anglais.

Thèmes des ateliers

-  Planification de la carrière académique
-  Gestion de projets de recherche
-  Outils de communication
-  Développement personnel

Public cible

-  Assistantes, doctorantes
-  Post-doctorantes, maître-assistantes, autres fonctions du corps intermédiaire
-  MER et professeures
-  Public mixte
-  Certains ateliers sont ouverts aux hommes.





L'inscription aux ateliers est ouverte en principe six semaines avant la date de l'atelier et se fait en ligne sur le site internet www.unifr.ch/regard. Toute inscription confirmée est définitive. Un désistement intervenant moins d'une semaine avant l'atelier ou une absence non-excusee et non-motivée entraîne une participation aux frais d'un montant de CHF 200.– (sauf en cas de force majeure).

THE REGARD PROGRAMME

The REGARD workshop programme offers female PhD candidates, postdocs and women professors concrete and practical tools for their careers. The workshops create spaces for discussion and exchange of experiences. Their main objectives are the development of transferable skills and the networking among participants.

Participation is free of charge for PhD candidates and members of the universities of the French-speaking part of Switzerland, the HES-SO and the EPFL. Workshop language is either French or English.

Workshop topics

-  Plan your academic career
-  Project management for research
-  Communication tools
-  Personal development

Target groups

-  Assistants, PhD candidates
-  Post-docs and all positions of the mid-level faculty
-  MER and professors
-  Gender mixed audience
-  Some workshops are open to men

Registration usually opens six weeks before each workshop and has to be done online over the programme's website www.unifr.ch/regard. Once your registration is confirmed it is considered final. Withdrawal less than one week before the workshop, an absence from the workshop without excuse or explanation entail a fee of CHF 200.– (except in the case of force majeure).

Pushing back against everyday sexism



Description and objectives

This workshop seeks to increase PhD's and postdocs' skills in identifying and countering potential negative effects of discrimination in their lives and those of their colleagues. During the workshop, we will practice techniques and approaches to respond to various professional situations (including those brought by participants). The focus will primarily be on addressing bias encountered in other people; however, we will also explore how we have each internalized some beliefs that are not necessarily coherent with our professed views.

The workshop will follow a 3-part structure:

- **It's still alive!** – Recognizing and challenging sexism in your life (micro-aggressions, intersectionality, implicit bias, mansplaining)
- **Sisterhood** – Finding mentors and supporting others (amplifying, spotlighting, networking, avoiding anti-mentors)
- **Self-Care** – Choosing your battles and developing your internal compass (self-confidence, legal resources, work/life balance)

Approach

This workshop is resolutely participative and will employ multiple strategies to promote personal reflection, small group discussion and collaborative problem solving.

Trainer

Dr. Siara Isaac, researcher, Centre for Learning Sciences, EPFL

Number of participants	16
Dates and location	24 th January 2022, University of Geneva
Registration opening	3 rd January 2022
Duration	1 day (9h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

Gestion de conflits – coaching en groupe



Description et objectifs

D'une atmosphère tendue au conflit ouvert entre collègues, ces situations affectent votre ambiance professionnelle et impactent votre efficacité. Votre plaisir au travail et la motivation de votre équipe s'en ressentent fortement.

Nous aborderons en petit groupe différents types de conflits et les manières de les gérer de façon optimale. L'échange au sein du groupe permet de découvrir des perceptions alternatives des situations conflictuelles que vous souhaitez partager, d'explorer des pistes pour se protéger du stress qu'elles génèrent, et de développer ensemble des solutions créatives pour gérer les tensions et les conflits.

Cet atelier vous propose d'explorer d'autres angles de vue sur les tensions et conflits au travail et de développer des pistes de solution concernant les situations concrètes que vous rencontrez.

A partir des situations que vous traitez ensemble dans l'atelier, les thématiques abordées comprennent:

- Reconnaître l'impact des situations conflictuelles sur son bien-être et sur son comportement,
- Définir ses besoins,
- Communiquer clairement,
- Développer la créativité pour résoudre les problèmes et conflits
- Négocier et réaménager son environnement professionnel

Approche

Atelier d'une ½ journée: échange de situations individuelles avec coaching en groupe (4 participantes plus l'intervenante).

Animation

Marie-Paule Haefliger, psychologue FSP, coach exécutive et d'entreprise, formatrice, mph development

Nombre de participantes	4 personnes
Date et lieu	8 février 2022, Université de Fribourg
Inscription dès le	3 janvier 2022
Durée	Une demi-journée (13h–17h)
Contact	regard@unifr.ch

Pitching myself for industry (1): my strategy for success



Description and objectives

Bridging the gap from academia to industry requires adapting our frame of mind, discourse and posture to a new and sometimes unfamiliar audience! We will together – in two stand-alone and complementary one-day workshops* – build your road map for change from academia to industry, exploring what's keeping you back, what drives you and how you can bring together your vision and intention.

In Workshop 1, you will together:

- Define your drivers, values and vision
- Connect with who you are, what you want and why
- Explore your strengths and opportunities for growth
- Consider best practice for an industry CV and CL
- Share best practice for applying and networking

Together we'll design your personalised strategy and action plan!

Approach

This workshop will, through a hands-on experiential learning approach, help you design your personal road map for change. You will achieve clarity on what is important to you, where you find fulfilment, your achievements to date and what changes you'd like to make. And build a network of peers in a safe and confidential framework.

Trainer

Romaine Johnstone, Certified Executive and Leadership coach, facilitator, and trainer; Johnstone Business Coaching

* There are 2 workshops "Pitching myself for industry". You can sign up for one of these workshops or both, the content is different, stand alone and very complementary. Registration for both is therefore not compulsory but recommended.

Number of participants	12
Date and location	15 th February 2022, HES-SO Master, Lausanne
Registration opening	4 th January 2022
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	egalite&diversite@hes-so.ch

Project management for successful researchers



Description and objectives

After this workshop, participants will have methods and tools to successfully develop, manage and supervise research projects. They will be able to:

- Set project objectives
- Structure and plan a project
- Define roles and responsibilities in projects
- Create the project budget
- Manage risks
- Establish a communication plan
- Guide and control projects in a flexible and meaningful way.

The workshop addresses the following questions:

- What is a project and what are the main impact factors?
- What should I do to successfully complete my research projects?
- How should I structure, plan and guide my projects?
- How should I communicate with my stakeholders (prof., team members, sponsors, etc.)?

Approach

No prior knowledge of project management is required for this very practical workshop. Theoretical inputs will be applied during the group exercises. All participants should be working on approved/financed research projects.

Trainer

Dr. Carine Galli Marxer, physicist, project manager and trainer, Cubisma Ltd.

Number of participants	12
Dates and location	24 & 25 February 2022, University of Fribourg
Registration opening	13 January 2022
Duration	2-days workshop (8h45–17h15)
Contact	regard@unifr.ch

Emotional intelligence: why it matters



Description and objectives

How we feel influences our perceptions, decisions and actions. Accurately perceiving how you and others feel, using these feelings to assist with the task at hand, understanding how these feelings arose and how they will change, and then managing to stay open to these feelings makes us efficient in our interaction with others.

Emotional Intelligence Theory describes four emotional key abilities:

- Perceive Emotions accurately
- Use Emotions to help you think
- Understand Emotions' causes and changes
- Manage Emotions by including the data of emotions in our thinking, decisions and actions

In this workshop you will learn to explore how these skills matter in interacting with each other and how they can potentially impact your teaching. At the end of this workshop, you will be able to give a definition of the emotional key abilities and identify which of these strengths you would like to leverage and which could become development opportunities for you.

Approach

In this experiential workshop you will be introduced to the key concepts and then explore experientially how each of the key abilities could be applied and translated into concrete situations at the work place.

Based on your understanding and learning from the role plays you will be encouraged to define personal strategies on how to leverage and/or develop your own emotional skills.

Trainer

Dr. Silke Mischke, cognitive psychologist and executive coach

Number of participants	12
Dates and location	8 th & 22 th March 2022, EPFL
Registration opening	25 th January 2022
Duration	2 half days (9h–13h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

Self-empowerment: discover how to build your power to act



Description and objectives

- How could you feel more competent, worthy, valuable, and capable of doing things? What would enable you to address adversity with calm and resolve?
- How could you create conditions around you that would foster your ideas and projects?
- How could you develop courage to fight for what is important to you and to say No to what is not?

Although these questions seem very personal, they are actually widely shared and universal. Most people have doubts and struggle at times with their self-image, self-acceptance and confidence. Research shows consistently that developing these aspects is highly correlated to coping with life challenges, and emotional well-being.

This workshop is designed to help you identify ways to foster positive self-image, to transform limiting beliefs into self-compassion, and to increase your "power to act".

Approach

Through experience sharing, discovery of tools like cultivating self-care and mindfulness, as well as via the analysis of concrete situations, each participant will be able to make another step on her/his path of professional and personal growth.

Trainer

Nir Zalts, expert for leadership and professional development, Momentum For People Development

Number of participants	8
Dates and location	28 th & 29 th March + 6 th May 2022, EPFL
Registration opening	14 th February 2022
Duration	2 consecutive days (9h–17h) + follow-up session (9h–13h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

Writing and publishing in academia



Description and objectives

For PhDs and postdocs, academic writing is a necessary skill to master. Often, proof of this mastery is measured in the form of publishing in peer-reviewed journals. However, the publication process can be daunting for authors, new or experienced. Knowing more about the process can help writers better tailor their work to the specific journal sought and increase their chances of success in publishing.

After this workshop, participants will better understand:

- Who the players are in the publication process
- How to cite their work to avoid plagiarism, boost credibility, and support their arguments
- How to choose the right journal for their work
- How to adapt a paper that has been reviewed to increase their chances of publication
- What to include in cover and response letters to best communicate with reviewers and editors.

Although these topics are germane to many different scientific domains, this workshop will be aimed at publishing in the human and social sciences. APA norms will be referenced as examples for citation and avoiding language biases. By the end of the workshop, participants with all levels of writing and publishing experience should be able to confront the process more confidently in order to increase their chances of publication in peer-reviewed journals.

Approach

Presentation, discussion, and interaction in small and large groups will be offered to exchange experiences and tailor the workshop to the participants' level(s) of experience with the publication process.

Trainer

Dr. Sarah Stauffer, psychologist FSP; Editorial Board member of the "International Journal of Play Therapy"; Clinical Editor of Play Therapy™ Magazine

Number of participants	15
Date and location	1 st April 2022, University of Lausanne
Registration opening	18 th February 2022
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	egalite@unil.ch

Ally Training for men: How to stand up against discrimination, sexism, and bias



Description and objectives

Has it ever happened to you that you witnessed a situation where somebody got treated unfairly and you felt bad because you did not know how to react? Or did a female or minority colleague of yours complain about being discriminated and you did not know how to support them?

In this workshop participants will explore how they can stop being passive bystanders and become active up-standers and allies in situations where others are confronted with discrimination, sexism and bias. In this workshop participants will learn that they can have a positive impact in challenging situations and leave with a toolbox of smart intervention strategies. Knowing how to speak-up for others will also help you to learn to speak up for yourself with courage and confidence.

The workshop will focus on three elements:

- **Awareness:** How to recognize (subtle) discrimination and understand why it is harmful not just for the targets, but the entire team or organization.
- **Obstacles:** Why is speaking up difficult.
- **Skills:** How to listen, learn and engage towards positive change of behavior without creating aggression and defensiveness.

Approach

This workshop is highly interactive. We will play a simulations game to kick off an open discussion on participants' own experiences. They will learn from each other and get introduced to various techniques like centering or active listening, that will help them to become fearless and skillful allies for a more human workplace of dignity, equality and innovation.

Trainer

Dr. Bettina Palazzo, expert in ethical leadership, PALAZZO ETHICS ADVISORY

Number of participants	16
Date and location	27 th April 2022, EPFL
Registration opening	16 th March 2022
Duration	1 day (10h–17h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

Se préparer à la leçon d'épreuve



Description and objectifs

Devoir préparer une leçon d'épreuve, c'est le signal que votre dossier de candidature a passé les premières phases de sélection et que votre profil a émergé par rapport à l'ensemble des dossiers. La commission de nomination souhaite vous voir à l'œuvre et s'entretenir avec vous pour attester de votre adéquation avec le poste. La leçon d'épreuve est l'occasion de démontrer vos compétences, votre potentiel et mettre en valeur vos recherches.

Les éléments de contenu abordés seront notamment le contenu de l'exposé, les moyens de communication et aussi les questions du jury.

- Situer les enjeux de la leçon d'épreuve
- Développer vos habiletés de communication
- Déterminer le contenu de l'exposé
- Anticiper quelques questions de la commission de nomination

Approche

Cet atelier pratique alterne des moments d'exposé interactif, de discussions et réflexions collectives, mais aussi de mises en pratique amenant les participantes à se projeter au mieux dans la préparation d'une leçon d'épreuve à venir.

Animation

Dre Mallory Schaub, responsable du Pôle de Soutien à l'Enseignement et l'Apprentissage (Pôle SEA); Prof. Sévane Garibian, Département de droit pénal, Université de Genève

Nombre de participantes	15
Date et lieu	29 avril 2022, Université de Genève
Inscription dès le	18 mars 2022
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

Finding and applying for funding in academia



Description and objectives

The objectives of this workshop are:

- Receive information about funding organizations and suitable funding possibilities especially for women researchers (Switzerland and EU) and in respect of the academic level and career planning
- Know the most important features about planning and preparing an application
- Know all elements of writing a convincing research project
- Receive tips & tricks, Do's & Don'ts
- Practical exercises: work on the first part of an application. This part will be prepared by the participants before the workshop and according to the trainer's requirements
- Group coaching: participants present and discuss their concepts within the group and receive individual feedback by the trainer

Approach

Theory by the trainer combined with individual work, interactive exercises, group discussion and feedback. This workshop will be organized as an online training session.

Trainer

Susanne Matuschek, Coach and Consultant; MATUSCHEK CONSULTING

Number of participants	10
Date and location	12 th May 2022, Online workshop
Registration opening	31 st March 2022
Duration	1 day (10h–16h) plus individual preparation before the workshop
Contact	regard@unifr.ch

Viser l'équilibre: vers une gestion consciente du temps et de l'énergie



Description et objectifs

Plutôt que de se concentrer sur un nouvel outil miracle pour organiser votre temps, cet atelier adopte une approche personnalisée pour améliorer votre connaissance de vous-même et de vos besoins, dans l'objectif d'optimiser votre gestion de votre énergie et votre gestion du temps.

L'atelier examinera les connexions entre gestion du temps et gestion de l'énergie, en prenant en compte le contexte académique et les carrières féminines. Il réservera une part importante aux réflexions individuelles et de groupe pour développer la conscience de vos besoins, des fluctuations de votre attention et de votre énergie. En partant de vos situations individuelles, l'atelier vous permettra d'évaluer vos différents engagements – académiques et non-académiques – selon leur retour sur investissement. Cette conscience vous conduira à micro- et macro-planifier votre travail, votre vie privée et vos relations, afin de développer une approche saine et équilibrée de la vie privée et professionnelle.

Approche

Cet atelier repose sur une combinaison d'éléments théoriques, d'échanges dans le groupe et d'exercices individuels et de groupe. La participation à l'atelier inclut un suivi individuel environ trois semaines après l'atelier. Ce suivi vise à consolider les nouvelles habitudes, mises en place après l'atelier, de gestion du temps et de l'énergie propres à chacune des participantes.

Animation

Marie-Paule Haefliger, psychologue FSP, coach exécutive et d'entreprise et formatrice, mph development

Nombre de participantes	12
Dates et lieu	17 mai (atelier) & suivi individuel 7 juin 2022, Université de Neuchâtel
Inscription dès le	5 avril 2022
Durée	17 mai : 1 journée d'atelier (9h–17h) ; 7 juin : suivi individuel par zoom
Contact	egalite.diversite@unine.ch

Academia, ResearchGate, Twitter... : réseaux sociaux et visibilité sur internet



Description et objectifs

Difficile pour les chercheuses (et les chercheurs!) d'être bien visibles sur internet et de se créer une véritable identité numérique professionnelle! Face à la multiplication des outils et services disponibles, cet atelier apportera des pistes et des conseils pour rendre visibles son profil et ses travaux de manière positive et valorisante, en fonction des moyens et des buts de chacune.

Cet atelier vous propose de :

- Comprendre l'importance de la visibilité individuelle dans le contexte actuel de la recherche et de la diffusion scientifique ;
- Découvrir et distinguer les principaux réseaux sociaux utiles aux chercheuses (réseaux sociaux grand public, réseaux sociaux professionnels, réseaux sociaux académiques, plateformes de partage et de diffusion, blogs) ;
- Connaître leurs intérêts et leurs limites par rapport à d'autres services de présence en ligne (pages individuelles, archives ouvertes, identifiants chercheurs, médias sociaux) dans le contexte actuel d'une science plus ouverte et responsable ;
- Connaître les dispositifs de partage et de veille au regard de son objet de recherche et de ses communautés ;
- Connaître les bonnes pratiques et définir son implication personnelle en ligne afin de promouvoir son profil et ses résultats scientifiques.

Approche

Alternance d'exposé, démonstrations, échanges collectifs et travaux pratiques individuels

Animation

Aline Bouchard, co-responsable de l'URFIST de Paris – École nationale des chartes

Number of participants	15
Dates and location	20 mai 2022, suivi en-ligne 6 septembre, Université de Neuchâtel
Registration opening	8 avril 2022
Duration	1 jour (9h–17h) Suivi en ligne : 6 septembre 2022 (9h30–12h)
Contact	egalite.diversite@unine.ch

Reconnaître et affirmer ses potentiels



Description et objectifs

L'atelier proposé vise à accompagner les femmes de la relève à reconnaître et à valoriser leurs potentiels d'accès à un poste de professeure ordinaire. Des outils pratiques d'affirmation leur seront transmis.

Pour parvenir à libérer les potentiels, les chercheuses seront amenées à s'explorer à travers des outils créatifs et projectifs de connaissance de soi. Ces derniers ont pour objectif de les amener à se poser des questions sur leur identité professionnelle, leurs forces et faiblesses, leurs valeurs, leurs préférences et leurs compétences.

Approche

Dans une atmosphère de confiance et de confidentialité, chaque participante identifie ses potentiels ainsi que des outils pratiques pour les affirmer dans son quotidien professionnel. Afin de :

- Mieux se connaître (identité)
- Identifier ses freins et blocages
- Identifier ses valeurs, ses préférences et ses compétences
- Fortifier la confiance en ses potentiels de carrière

Animation

Moïra Salvadore, psychologue du travail, formatrice indépendante (FSEA)

Nombre de participantes	12
Date et lieu	31 mai 2022, Université de Genève
Inscription dès le	19 avril 2022
Durée	1 journée (9h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

Increase your assertiveness in institutional power games



Description and objectives

In the business world as well as in universities, strategies for power games and assertiveness become increasingly important with each career step. For women, the “likability” requirement often represents an additional challenge. Have you ever experienced “games” being played with unspoken rules, not knowing how to act or play along? This workshop reveals and decodes unspoken rules and behaviour patterns, guides you in identifying scheming, traps and tricks, and shows you how to achieve greater room for manoeuvre and increased assertiveness.

Content of the workshop:

- Power dynamics in hierarchical organizations
- Decoding verbal and non-verbal language, symbols and gestures in daily power games
- How to make yourself seen and listened to in meetings and further relevant settings

The participants

- Will get to know the essential rules in power games and how to play along
- Will be able to decide in any given power situation whether they want to participate in the game or not and thus gain more freedom of choice
- Will be able to make themselves heard and listened to

Approach

- Theoretical and evidenced based inputs about relevant mechanisms and models in power and status games
- Analysis of concrete power game situations
- Training of verbal and non-verbal tactics and strategies
- Exchange of experiences and peer feedback

Trainer

Lic.phil. Sibyl Schädli, lecturer, coach ICF PCC, and consultant

Number of participants	14
Date and location	9 th June 2022, EPFL
Registration opening	28 th April 2022
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

Prise de parole – boîte à outils



Description et objectifs

Les enjeux d'une soutenance de thèse ou d'une conférence importante peuvent être élevés. La pression augmentant, les moyens à portée de main pour réussir diminuent proportionnellement. Un regard hostile, une question inattendue, une remarque ou une critique peuvent déstabiliser, voire vous priver entièrement des moyens d'agir d'une manière constructive. Cette formation apporte des réponses pour garder son calme et savoir se ressaisir. Elle offrira des clés pour développer des stratégies afin d'apprivoiser un public hostile, et montrera comment puiser des ressources dans sa capacité à être spontanée et à improviser. Ainsi, la prise de parole pourra devenir une vraie base pour avancer dans la carrière académique.

Contenu

- Reprise brève et rapide des fondamentaux (conscience corporelle, ancrage, contact et écoute, voix, émotions, authenticité)
- Des astuces pour trouver du courage et savoir s'affirmer
- Oser intervenir quand on a quelque chose à dire mais qu'on ne l'ose pas
- Développer sa spontanéité et capacité d'improviser
- Des astuces pour défendre sa thèse et son travail de recherche avec aisance
- Gérer un public hostile, les attaques, la critique

Approche

Choix d'exemples concrets tirés des expériences des participantes. Jeux de rôles, recherche de la meilleure façon de communiquer. Travail individuel avec retour personnalisé alternant travail en groupe. Utilisation de la caméra pour un progrès plus efficace.

Animation

Eva Vokacova Cendros, comédienne et formatrice en communication et développement personnel

Nombre de participantes	10
Date et lieu	22 septembre 2022, Université de Neuchâtel
Inscription dès le	11 août 2022
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	egalite.diversite@unine.ch

Médiation et régulation de conflit



Description et objectifs

Attentive à la qualité des collaborations et des ambiances de travail, vous avez conscience que des tensions peuvent s'installer et parfois mener au conflit entre les membres d'un groupe. Les différends interpersonnels entament l'efficacité, le plaisir au travail et la motivation des équipes. Ces situations peuvent se traduire par un absentéisme, une désorganisation du travail, des retards, une répercussion de la charge de travail sur d'autres membres de l'équipe et des dysfonctionnements de performances.

Dans votre rôle professionnel, tout en adoptant une position de tiers neutre, comment aborder et réguler les conflits avant qu'ils ne dégénèrent ?

Cet atelier vous propose de :

- Clarifier le rôle et la posture du tiers médiateur
- Visiter les étapes propices à une évolution positives des situations conflictuelles au travail
- Augmenter votre panel d'outils pour favoriser la coopération et la résolution de problèmes

Approche

L'atelier se déroule sur une demi-journée avec des apports théoriques et des mises en situation.

Animation

Marie-Paule Haefliger, psychologue FSP, coach exécutive et d'entreprise, formatrice, mph development

Nombre de participantes	8
Date et lieu	6 octobre 2022, Université de Fribourg
Inscription dès le	25 août 2022
Durée	Une demi-journée (13h–17h)
Contact	regard@unifr.ch

Vulgariser et parler aux médias



Description et objectifs

Formation et workshop pour s'approprier les outils de la vulgarisation, apprendre à structurer son discours, éviter le jargon, sortir de l'abstraction, capter l'attention du public et la maintenir, concevoir un message ciblé. Exposé sur le fonctionnement des médias, leurs contraintes, leurs biais. Entraînement à l'interview.

Objectifs : à l'issue de cette formation, les participantes seront en mesure de mettre en valeur leur travail de manière attractive et simplifiée, plus compréhensible du grand public. Elles connaîtront les exigences et contraintes des médias et pourront répondre sans stress à une interview radio ou TV. De manière globale, les chercheuses gagneront donc en visibilité.

Approche

Alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques. Travail individuel et en sous-groupes. Réalisation de vidéos et visionnement.

Animation

Virginie Pilault, formatrice d'adulte, spécialiste et coach en communication, ex-journaliste RTS (actualité radio – TV)

Nombre de participantes	12
Dates et lieu	13 & 14 octobre 2022, Université de Lausanne
Inscription dès le	1 ^{er} septembre
Durée	Jour 1 : 9h–17h Jour 2 : 9h–12h30
Contact	egalite@unil.ch

Pitching myself for industry (2): Honing my application skills



Description and objectives

Bridging the gap from academia to industry requires adapting our frame of mind, discourse and posture to a new and sometimes unfamiliar audience! We will together – in two stand-alone and complementary one-day workshops* – build your road map for change from academia to industry.

In Workshop 2, you will together:

- Share application and networking successes and challenges
- Explore how to effectively communicate your uniqueness and talents
- Maximise your chances of securing that interview
- Role play the bilateral interview process: pitch and Q&A
- Decide on the next milestone of your roadmap for success

Together we'll refine your personalised strategy and action plan

Approach

This interactive workshop will, through a hands-on experiential learning approach, help you embrace your personal road map for change. You will explore the best practice approach to applying and networking and hone your pitch and interview skills as you bridge the gap from academia to industry. And build your network of peers in a safe and confidential framework.

Trainer

Romaine Johnstone, Certified Executive and Leadership coach, facilitator, and trainer; Johnstone Business Coaching

* There are 2 workshops "Pitching myself for industry". You can sign up for one of these workshops or both, the content is different, stand alone and very complementary. Registration for both is therefore not compulsory but recommended.

Nombre de participantes	12
Dates et lieu	20 th October 2022, HES-SO Master, Lausanne
Inscription dès le	8 th September 2022
Durée	1 day (9h–17h)
Contact	egalite&diversite@hes-so.ch

Savoir négocier : techniques et stratégies



Description et objectifs

Qu'il soit académique ou non-académique, l'environnement professionnel est le lieu de nombreuses occasions de négociation : horaires de travail, distributions des tâches, salaire, partage de ressources etc. Suivant la « Méthode Harvard » (R. Fischer & W. Ury), cet atelier introduira les participantes aux bases de la négociation et les invitera à réfléchir sur leurs propres expériences et stratégies. En portant une attention particulière aux enjeux de genre et à la perception des rôles impliqués dans les situations de négociation, il les aidera à acquérir plus de confiance pour des situations futures et à développer leurs possibilités d'action.

Cet atelier permettra aux participantes de :

- Reconnaître les éléments d'une négociation
- Se familiariser avec les différentes manières de négocier
- Prendre conscience de leurs propres stratégies de négociation
- Exercer et réfléchir sur leur manière de négocier

Approche

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques sur la base des exemples et expériences apportées par les participantes.

Animation

Dagmar Engfer, coach et conseillère en développement de carrière

Nombre de participantes	12
Date et lieu	31 octobre 2022, en ligne
Inscription dès le	19 septembre 2022
Durée	1 journée (10h–17h)
Contact	egalite@unil.ch

Academic mobility – should I stay or should I go?



Description and objectives

What is “academic mobility” and what is its purpose? When you hear the career histories of current academics, many will chart a career path full of stories of travelling from one country/institution/research group to another, as they build up their academic career portfolio. Many PhD and postdoctoral researchers have benefited from travelling to experience new research perspectives and knowledge, working alongside new colleagues and collaborators, as well as enjoying an enriched personal life immersed in a new culture. However, academic mobility, especially long-term-long-distance travel is not suited to everyone – priorities around work-life balance change at every career stage and so it's important for researchers to question their motivation and make informed decisions about when to stay and when (and where) to go.

In this informative and interactive workshop we look at the why, what, who, where and how of academic mobility. With plenty of opportunity for discussion and individualised reflection, participants should be more knowledgeable about the advantages and disadvantages associated with academic mobility and feel more confident to make strategic career decisions.

Approach

Theoretical input will alternate with individual, pair and group work.

Trainer

Sarah Blackford, academic careers specialist

Number of participants	16
Date and location	8 th November 2022, EPFL
Registration opening	27 th September 2022
Duration	1 day (9h–17h)
Contact	bureau.egalite@epfl.ch

Leadership inclusif



Description et objectifs

La diversité et l'inclusion s'inscrivent dans les enjeux actuels de nos sociétés démocratiques et sont devenues des thématiques centrales dans les stratégies de développement des académies suisses. Ces politiques d'inclusion vont au-delà de simples effets de mode et contribuent à augmenter durablement les performances et à soutenir l'innovation au sein des entreprises et des universités.

Si ces politiques induisent des changements structurels, quelles prises de conscience et ajustements individuels participent à la mise en œuvre de l'inclusion au niveau des groupes d'individus ?

Cet atelier vise à

- améliorer votre habileté dans les interactions sociales individuelles et de groupe
- échanger autour des moyens de valorisation de la diversité au sein des groupes pour soutenir les performances et le potentiel d'innovation des groupes
- développer votre leadership inclusif.

L'atelier est fortement participatif et interactif. A l'aide d'un mélange d'apports théoriques et d'exercices individuels, par paire et en groupe, nous visiterons les enjeux et bénéfices de la diversité et de l'inclusion en contexte académique, les bénéfices pour les équipes notamment en termes d'amélioration du fonctionnement, de la satisfaction au travail et des performances.

Approche

Atelier d'une journée avec apports théoriques et applications en exercices individuels, par paire et en groupe. Coaching individuel d'une heure à la demande.

Animation

Marie-Paule Haefliger, psychologue FSP, coach exécutive et d'entreprise, formatrice, mph development

Number of participants	8
Date and location	11 novembre 2022, Université de Fribourg
Registration opening	30 septembre 2022
Duration	1 journée (9h–16h)
Contact	regard@unifr.ch

Research budgets : understanding and constructing them



Description and objectives

The workshop will be organized around the following questions:

- What is a budget: what are the expenses and revenues of a research budget?
- What funding body are we applying to and what is its influence on the budget that can be requested?
- How to build the budget: which parameters should we consider?
- Tips for managing different types of budgets once funding is secured.

After a brief presentation, participants' specific questions, remarks, and problems relating to their own proposals will be discussed

Skills to be acquired:

- An understanding of the fundamental elements of constructing a budget
- Ability to analyze a budget
- In the afternoon, budget analysis construction exercises will be carried out and discussed.

Approach

Presentation, discussion, exercises, taking into account of the individual cases of the participants.

Trainer

Dr. Jennifer McClung, psychologist and biologist, Grants Office Manager, University of Neuchâtel

Number of participants	25
Date and location	17 th November 2022, University of Geneva
Registration opening	6 th October 2022
Duration	1 day (9h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

Comment monter une équipe de recherche ?



Description et objectifs

La réussite d'une recherche repose sur l'équipe qui la mène. Les éléments nécessaires à son efficacité se décident déjà avant la constitution de l'équipe. La définition des besoins et des objectifs, en amont, permet de clarifier le cadre. Puis lors de la mise en place de l'équipe, une collaboration fructueuse est rendue possible grâce à la définition des rôles et des fonctionnements. Par ailleurs, si la diversité des membres de l'équipe (âge, genre, formation, etc.) permet des complémentarités, celle-ci comporte également des défis à anticiper, car la cohésion de l'équipe est essentielle à sa réussite.

Les participantes apprennent à :

- Définir ses besoins en ressources humaines et en compétences
- Créer une équipe performante en misant sur la complémentarité
- Pouvoir se positionner et se sentir légitime dans son rôle de responsable
- Identifier les erreurs courantes à éviter

Approche

Cet atelier repose sur une combinaison d'éléments théoriques, d'échanges dans le groupe et d'exercices individuels et de groupe.

Animation

Brigitte Guichard, psychologue FSP, formatrice avec brevet fédéral et intervenante en entreprise

Nombre de participantes	12
Date et lieu	28 novembre 2022, Université de Lausanne
Inscription dès le	17 octobre 2022
Durée	1 journée (9h–17h)
Contact	egalite@unil.ch

Devenir professeure, mettre toutes les chances de son côté !



Description et objectifs

La matinée de cet atelier est organisée en table-ronde avec des représentant-e-s de la Délégation à l'égalité et le Service égalité de l'Université de Genève. L'après-midi sera dispensé un atelier.

La journée cherchera à répondre aux questions suivantes :

- Comment se déroule une procédure de nomination ?
- Comment s'y préparer ?
- Quels sont les éléments essentiels d'un dossier de candidature remarquable ?
- Qu'attend-t-on d'une candidate lors de la leçon d'épreuve ?
- Que peut-on lui poser comme questions ?

Approche

Présentation du fonctionnement des procédures de nomination, conseils sur le dossier à préparer, discussion, exposé avec rétroaction, exercices et moments de réflexion, ainsi que mise en pratique de la situation dans le cas d'une leçon d'épreuve.

Animation

Table ronde et inputs : Présidence de la Délégation à l'égalité pour le suivi des procédures des nominations à l'Université de Genève (UNIGE) ; Juliette Labarthe, directrice, Service égalité & diversité ; professeur-e-s et membres de la Délégation à l'égalité

Atelier : Dre Mallory Schaub, directrice du pôle de Soutien à l'Enseignement et l'Apprentissage UNIGE

Nombre de participantes	15
Date et lieu	9 décembre 2022, Université de Genève
Inscription dès le	28 octobre 2022
Durée	1 journée (9h15–17h)
Contact	ateliers@unige.ch

CONTACTS ET INFORMATIONS

CONTACT AND MORE INFORMATION

www.unifr.ch/regard

RESPONSABLE DE PROJET – FRIBOURG

Manuela Schicka
026 300 70 43
regard@unifr.ch
www.unifr.ch/regard

COORDINATION – NEUCHÂTEL

Morgane Wüthrich
Tél. 032 718 10 59
egalite.diversite@unine.ch
www.unine.ch/egalite

COORDINATION – GENÈVE

Olivia Och
Tél. 022 379 12 37
ateliers@unige.ch
www.unige.ch/egalite

COORDINATION – HES-SO

Sabine Kradolfer
Tél. 058 900 02 10
egalite&diversite@hes-so.ch
www.hes-so.ch/egalitediversite

COORDINATION – LAUSANNE

Roxane Roduit
Tél. 021 692 20 84
egalite@unil.ch
www.unil.ch/egalite

COORDINATION – EPFL

Kristin Becker van Slooten
& Chantal Mellier
Tél. 021 693 27 61/49 18
bureau.egalite@epfl.ch
www.epfl.ch/about/equality/

